

**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DAN *GRIT* DENGAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI ARSITEKTUR DI SURABAYA**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya  
sebagai Bagian dari Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)  
Psikologi (S.Psi)



**Disusun Oleh:**

Syindi Rosa Amelia

11040120140

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL  
SURABAYA**

**2024**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Hubungan antara *Hardiness* dan *Grit* dengan *Academic Burnout* Pada Mahasiswa Program Studi Arsitektur di Surabaya**” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 25-01-2024



Syindi Rosa Amelia

11040120140

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Hubungan antara *Hardiness* dan *Grit* dengan *Academic Burnout* Pada Mahasiswa  
Program Studi Arsitektur di Surabaya

Oleh:

Syindi Rosa Amelia

11040120140

Telah disetujui dan diajukan pada Sidang Skripsi

Surabaya, 22-01-2024

Dosen Pembimbing



Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag

NIP. 197209271996032002

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DAN *GRIT* DENGAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI ARSITEKTUR DI SURABAYA**

Yang disusun oleh

Syindi Rosa Amelia

11040120140

Telah di pertahankan di depan tim penguji pada tanggal 07 Maret 2024



Susunan Tim Penguji

Penguji I

**Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag.**

NIP. 197209271996032002

Penguji II

**Drs. H. Hamim Rosyidi, M.Si.**

NIP. 196208241987031002

Penguji III

**Dr. Zuardin, M.H.Kes.**

NIP. 198705122014031005

Penguji IV

**Muhammad Syifaul Muntafi, M.Sc.**

NIP. 199211142020121016

## LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI



### KEMENTERIAN AGAMA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

#### LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Syindi Rosa Amelia  
NIM : 11040120140  
Fakultas/Jurusan : Fakultas Psikologi dan Kesehatan/Psikologi  
E-mail address : syindirosa@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi  Tesis  Desertasi  Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan antara Hardiness dan Grit dengan Academic Burnout Pada Mahasiswa Program Studi  
Arsitektur di Surabaya

berserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 15 Maret 2024

Penulis

( Syindi Rosa Amelia )

## INTISARI

Kasus *academic burnout* kian banyak dialami oleh mahasiswa di Indonesia. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan *hardiness* dan *grit* dengan *academic burnout* pada mahasiswa program studi srsitektur di Surabaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Subjek penelitian ini adalah 245 mahasiswa arsitektur diseluruh PTN Surabaya dengan menggunakan teknik sampling *disproportionate stratified random sampling*. Penelitian ini menggunakan skala *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* untuk mengukur variabel *academic burnout*, skala *Dispositional Resilience Scale (DRS-15-Revised)* untuk mengukur variabel *hardiness*, serta skala *grit* dari Angela Duckworth (2009) untuk mengukur variabel *grit*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *hardiness* dan *grit* secara simultan berhubungan negatif dengan *academic burnout*, serta hasil nilai koefisien regresi bersifat negatif, artinya jika tingkat *hardiness* dan *grit* tinggi, maka tingkat *academic burnout* akan rendah.

Kata Kunci: *Academic Burnout, Hardiness, Grit*



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## **ABSTRACT**

*Cases of academic burnout are increasingly being experienced by students in Indonesia. This research aims to determine the relationship between hardiness and grit concerning academic burnout among students in the architecture study program in Surabaya. The study employs a correlational quantitative approach. The research subjects encompassed 245 architecture students across Surabaya's PTN, selected using disproportionate stratified random sampling techniques. To measure the academic burnout variable, the Maslach Burnout Inventory-Student Survey scale was utilized, while the Dispositional Resilience Scale (DRS-15-Revised) gauged the hardiness variable, and Angela Duckworth's (2009) grit scale measured grit. The research findings indicate a simultaneous negative relationship between hardiness and grit with academic burnout. The negative regression coefficient values imply that higher levels of hardiness and grit correspond to lower levels of academic burnout.*

*Keyword: Academic Burnout, Hardiness, Grit*



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
INTISARI.....	ix
<i>ABSTRACT</i> .....	x
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat penelitian.....	8
E. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	11
A. <i>Academic Burnout</i> .....	11
1. Definisi <i>Academic Burnout</i> .....	11
2. Faktor-faktor <i>Academic Burnout</i> .....	12
3. Aspek <i>Academic Burnout</i> .....	17
B. <i>Hardiness</i> .....	18
1. Definisi <i>Hardiness</i> .....	18
2. Faktor-faktor Pembentuk <i>Hardiness</i> .....	20
3. Dimensi <i>Hardiness</i> .....	21
C. <i>Grit</i> .....	22
1. Definisi <i>Grit</i> .....	22
2. Faktor-faktor pembentuk grit.....	24
3. Dimensi Grit .....	25
D. Hubungan <i>Hardiness</i> dan <i>Grit</i> dengan <i>Academic Burnout</i> .....	26



E. Kerangka Teoritik.....	28
F. Hipotesis.....	31
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>32</b>
A. Variabel dan Definisi Operasional .....	32
1. <i>Academic Burnout</i> (Y).....	32
2. <i>Hardiness</i> (X1) .....	32
3. <i>Grit</i> (X2).....	32
B. Populasi, Teknik Sampling dan Sampel.....	33
1. Populasi .....	33
2. Teknik Sampling.....	33
3. Sampel.....	34
C. Teknik Pengumpulan Data .....	34
1. Alat Ukur Variabel <i>Academic Burnout</i> .....	34
2. Alat Ukur Variabel <i>Hardiness</i> .....	35
3. Alat Ukur Variabel <i>Grit</i> .....	35
D. Validitas dan Reliabilitas.....	36
1. Uji Validitas .....	36
2. Uji Reliabilitas.....	38
E. Uji Asumsi Klasik.....	40
1. Uji Normalitas.....	40
2. Uji Multikolinieritas .....	41
3. Uji Heteroskedastisitas .....	41
F. Analisis Data .....	42
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>43</b>
A. Deskripsi Subjek .....	43
B. Uji Hipotesis Penelitian .....	48
C. Pembahasan.....	51
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>59</b>
A. Simpulan .....	59
B. Saran.....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>62</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Mahasiswa Arsitektur di PTN Surabaya.....	33
Tabel 2. Blueprint Skala <i>Academic Burnout</i> .....	35
Tabel 3. Blueprint Skala <i>Hardiness</i> .....	35
Tabel 4. Blueprint Skala <i>Grit</i> .....	36
Tabel 5. Hasil Uji Validitas <i>Academic Burnout</i> .....	37
Tabel 6. Hasil Uji Validitas <i>Hardiness</i> .....	37
Tabel 7. Hasil Uji Validitas <i>Grit</i> .....	38
Tabel 8. Hasil Uji Reliabilitas <i>Academic Burnout</i> .....	39
Tabel 9. Hasil Uji Reliabilitas <i>Hardiness</i> .....	39
Tabel 10. Hasil Uji Reliabilitas <i>Grit</i> .....	40
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas.....	40
Tabel 12. Hasil Uji Multikolinieritas .....	41
Tabel 13. Uji Heterokedastisitas .....	41
Tabel 14. Kategorisasi <i>Academic Burnout</i> .....	43
Tabel 15. Kategorisasi <i>Hardiness</i> .....	44
Tabel 16. Kategorisasi <i>Grit</i> .....	44
Tabel 17. Deskripsi Sebaran Data Berdasarkan Gender .....	45
Tabel 18. Hasil <i>Crosstabulation</i> Gender dengan <i>Academic Burnout</i> .....	45
Tabel 19. Deskripsi Sebaran Data Berdasarkan Semester Perkuliahan .....	46
Tabel 20. Hasil <i>Crosstabulation</i> Semester Perkuliahan dengan <i>Academic Burnout</i> .....	46
Tabel 21. Deskripsi Sebaran Data Berdasarkan Universitas .....	47
Tabel 22. Hasil <i>Crosstabulation</i> Universitas dengan <i>Academic Burnout</i> .....	48
Tabel 23. Koefisien Regresi .....	49
Tabel 24. Tabel Anova.....	50
Tabel 25. Tabel <i>R-Square</i> .....	50
Tabel 26. Sumbangan Efektif Variabel Independen.....	51

**DAFTAR GAMBAR**

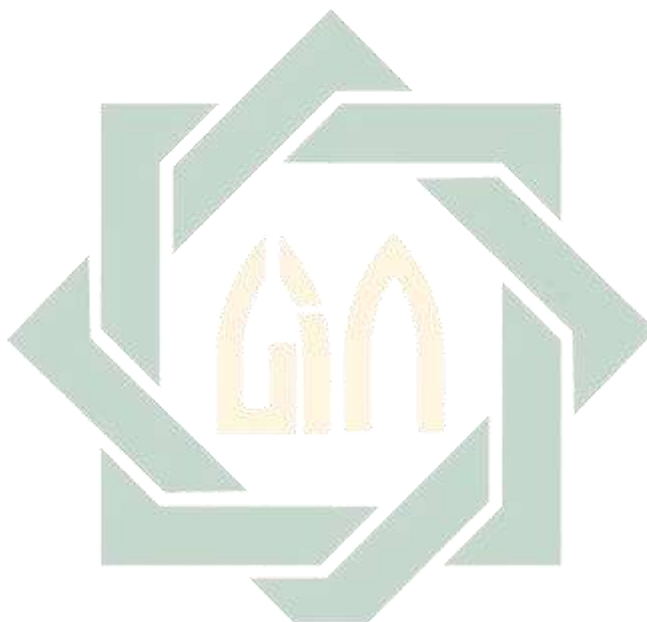
Gambar 1. Kerangka Teori..... 30



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian.....	70
Lampiran 2. Output SPSS .....	75



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR PUSTAKA

- Aaron Antonovsky. (1988). *The sense of coherence: An historical and future perspective*.
- Agustin, D., Fatria, R. Q., & Febrayosi, P. (2019). Analisis Butir Self-Harm Inventory. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 3(2), 396. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v3i2.3880>
- Alimah. (2021). *Gambaran Burnout pada Mahasiswa Universitas Jendral Soedirman*.
- Anastasia, N., & Yasmin, M. (2020). *Kontribusi Hardiness terhadap Academic Burnout pada Mahasiswa Baru di Universitas Negeri Padang*. 44–58.
- Angela Duckworth. (2016). *Grit: The Power of Passion and Perseverance*. Scribner.
- Anggara, A. R. D., & Laksmiwati, H. (2022). *Hubungan Antara Hardiness Dengan Stres Pada Atlet Pelajar Beladiri Kota Blitar Hubungan antara Hardiness dengan Stres Pada Atlet Pelajar Beladiri Kota Blitar Ar Rahman Dipta Anggara Hermien Laksmiwati*. 104–115.
- Arlinkasari, F., & Akmal, S. Z. (2019). Hubungan antara School Engagement, Academic Self-Efficacy dan Academic Burnout pada Mahasiswa. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1(2), 81. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i2.418>
- Bartone, P. T. (2012). Social and organizational influences on psychological hardiness: How leaders can increase stress resilience. *Security Informatics*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/2190-8532-1-21>
- Brateanu, A., Switzer, B., Scott, S. C., Ramsey, J., Thomascik, J., Nowacki, A. S., & Colbert, C. Y. (2020). Higher Grit Scores Associated With Less Burnout in a Cohort of Internal Medicine Residents. *American Journal of the Medical Sciences*, 360(4), 357–362. <https://doi.org/10.1016/j.amjms.2020.05.045>
- Budiarti, B. W., & Appulembang, Y. A. (2021). Academic burnout pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran online. *Psychology Journal of Mental Health*, 3(1), 82–95. [https://pjmh.ejournal.unsri.ac.id/index.php/Psychology\\_of\\_Mental\\_Health/article/view/39](https://pjmh.ejournal.unsri.ac.id/index.php/Psychology_of_Mental_Health/article/view/39)
- Chang, E., Lee, A., Byeon, E., & Lee, S. M. (2015). Role of motivation in the relation between perfectionism and academic burnout in Korean students.

*Personality and Individual Differences*, 82, 221–226.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.03.027>

- Dianti, N., & Findyartini, A. (2019). Hubungan Tipe Motivasi terhadap Kejadian Burnout pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia pada Masa Transisi dari Pendidikan Preklinik ke Klinik Tahun 2018 The Relationship between Type of Motivation and Burnout in Medical Student during T. *Work Psychology*, 7(September 2019), 115–121.  
<https://doi.org/10.23886/ejki.7.10771>
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and Passion for Long-Term Goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087–1101. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087>
- Fahmi, A. R., & Widyastuti, W. (2019). Hubungan Antara Hardiness Dengan Burnout Pada Santri Pondok Pesantren Persatuan Islam Putra Bangil. *Jurnal Psikologi Poseidon (Jurnal Ilmiah Psikologi Dan Psikologi Kemaritiman)*, 1(1), 66. <https://doi.org/10.30649/jpp.v1i1.11>
- Hairina, Y., Zwagery, R. V., Imadduddin, I., & Arsyad, M. (2022). The Effect of Academic Hardiness and Grit on Students Academic Stress in The Online Learning Process During Pandemic COVID-19. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 7(9), 395–399.  
<http://journal.um.ac.id/index.php/jptpp/article/view/15674>
- Halliday, L., Walker, A., Vig, S., Hines, J., & Brecknell, J. (2017). Grit and burnout in UK doctors: A cross-sectional study across specialties and stages of training. *Postgraduate Medical Journal*, 93(1101), 389–394.  
<https://doi.org/10.1136/postgradmedj-2015-133919>
- Handayani, A., Sari, R. E., Yudha, A., & Nugroho, F. (2023). Academic Burnout in Terms of Hardiness in Psychology Faculty Students Who Are Working on a Thesis. *International Conference on Indigenous Psychology and Culture*, 1(1), 277–287. <https://seminar.ustjogja.ac.id/index.php/icipc/article/view/786>
- Hystad, S. W., Eid, J., Johnsen, B. H., Laberg, J. C., & Thomas Bartone, P. (2010). Psychometric properties of the revised Norwegian dispositional resilience (hardiness) scale. *Scandinavian Journal of Psychology*, 51(3), 237–245.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2009.00759.x>
- Ijaz, T., & Ahmed, S. (2019). *Suicidal Ideation and Burnout Among University Students*. October, 87927. <https://doi.org/10.20472/iac.2018.044.022>

- Inayatu, B. (2020). *Hubungan antara Grit dan Academic Burnout pada Mahasiswa Teknik Arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*.
- Iwan, M. R. dan O. N. F. (2017). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Burnout Pada Perawat Kesehatan Jiwa. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 170–78.
- Jalilvand, H., Yamini, M. and Nia, H. . (2015). Studying relationship between job security, hardiness, and burnout. *Journal UMP Social Sciences and Technology Management*, 3.
- Jamshidirad, M., Mukundan, J., & Nimehchisalem, V. (2012). Language teachers' burnout and gender. *International Journal of Applied Linguistics and English Literature*, 1(4), 46–52. <https://doi.org/10.7575/ijalel.v.1n.4p.46>
- Jayoung Lee, Ana Puig, Eunkyoun Lea, S. M. L. (2013). Age-Related Differences In Academic Burnout Of Korean Adolescent. *Journal of Adolescence*, 50(1015–1029), 274–283. <https://doi.org/10.1002/pits>
- Jumat, M. R., Chow, P. K. H., Allen, J. C., Lai, S. H., Hwang, N. C., Iqbal, J., Mok, M. U. S., Rapisarda, A., Velkey, J. M., Engle, D. L., & Compton, S. (2020). Grit protects medical students from burnout: A longitudinal study. *BMC Medical Education*, 20(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12909-020-02187-1>
- Kholifah, S., Soeharto, S., & Supriati, L. (2016). Hubungan Faktor-Faktor Internal Dengan Kejadian Kelelahan Mental (Burnout) Pada Perawat. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 2(4), 251–259. <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v2i4.4>
- Kim, K. T. (2020). A Structural relationship among growth mindset, academic grit, and academic burnout as perceived by Korean high school students. *Universal Journal of Educational Research*, 8(9), 4009–4018. <https://doi.org/10.13189/ujer.2020.080926>
- Lee, D. H., Reasoner, K., Lee, D., Davidson, C., Pennings, J. S., Blazar, P. E., Frick, S. L., Kelly, A. M., LaPorte, D. M., Lese, A. B., Mercer, D. M., Ring, D., Salazar, D. H., Scharschmidt, T. J., Snoddy, M. C., Strauch, R. J., Tuohy, C. J., & Wongworawat, M. D. (2021). Is grit associated with burnout and well-being in orthopaedic resident and faculty physicians? A multi-institution longitudinal study across training levels. *Clinical Orthopaedics and Related Research*, 479(12), 2576–2586. <https://doi.org/10.1097/CORR.0000000000001987>

- Lin, S. H., & Huang, Y. C. (2019). Life stress and academic burnout. *Active Learning in Higher Education*, 15(1), 77–90.  
<https://doi.org/10.1177/1469787413514651>
- Lina, -, & Hartono Kusuma, B. (2018). Pengaruh Role Stressor Terhadap Burnout dan Perbedaan Burnout Berdasarkan Gender: Studi Empiris pada Mahasiswa. *Jurnal Akuntansi Maranatha*, 10(1), 62–71.  
<https://doi.org/10.28932/jam.v10i1.929>
- Liu, C., He, J., Ding, C., Fan, X., Hwang, G. J., & Zhang, Y. (2021). Self-oriented learning perfectionism and English learning burnout among EFL learners using mobile applications: The mediating roles of English learning anxiety and grit. *Learning and Individual Differences*, 88(April), 102011.  
<https://doi.org/10.1016/j.lindif.2021.102011>
- Maddi, S. R. (2013). *Hardiness turning stressful circumstances into resilient growth*. Springer.
- Maddi, Salvatore R. (2005). On hardiness and other pathways to resilience. *American Psychologist*, 60(3), 261–262. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.60.3.261>
- Maddi, Salvatore R. (2006). Hardiness: The courage to grow from stresses. *Journal of Positive Psychology*, 1(3), 160–168.  
<https://doi.org/10.1080/17439760600619609>
- Maddi, Salvatore R., Matthews, M. D., Kelly, D. R., Villarreal, B. J., Gundersen, K. K., & Savino, S. C. (2017). The continuing role of hardiness and grit on performance and retention in west point cadets. *Military Psychology*, 29(5), 355–358. <https://doi.org/10.1037/mil0000145>
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Burnout. *Encyclopedia of Mental Health: Second Edition*, 222–227. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-397045-9.00149-X>
- Maslach, Christina, & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99–113.  
<https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Maslach, Christina, Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job Brunout. *Annual Review of Psychology*, 397–422.
- Methanisa. (2016). *Kuliah arsitek membuat saya depresi parah*. Vice.Com.



- Muenks, K., Wigfield, A., Yang, J. S., & O'Neal, C. R. (2017). How true is grit? Assessing its relations to high school and college students' personality characteristics, self-regulation, engagement, and achievement. *Journal of Educational Psychology, 109*(5), 599–620. <https://doi.org/10.1037/edu0000153>
- Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik* (D. N. Hidayat (ed.); 2nd ed.). Zifatama Jawa.
- Muna, N. R. (2013). *Efektifitas Teknik Self Regulation Learning. 14*(02), 57–78.
- Nirwana, B., Putra, Y. Y., & Yusra, Z. (2014). Gambaran Hardiness Pada Individu Dengan Disabilitas Yang Sukses. *Jurnal RAP UNP, 5*(2), 114–124.
- Noh, H. kyung, Shin, H., & Lee, S. M. (2013). Developmental process of academic burnout among Korean middle school students. *Learning and Individual Differences, 28*, 82–89. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2013.09.014>
- Oktasari, M., Andriani, R., & Stevani, H. (2022). Academic Burnout Siswa Pada Masa Pandemi Covid-19 Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 5*(3), 333–337. <https://doi.org/10.26539/teraputik.53903>
- Özhan, M. B. (2021). Academic self-efficacy and school burnout in university students: Assessment of the mediating role of grit. *Current Psychology, 40*(9), 4235–4246. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02023-9>
- Praditiya, Y. (2019). *Hubungan antara Burnout dan Depresi pada Karyawan*.
- Puspita, A., & Kusumaputri, E. S. (2021). Peran Grit Terhadap Burnout Dengan Moderator Perbedaan Jenis Kelamin Pada Pegawai Negeri Sipil. *Jurnal Psikologi Integratif, 9*(2), 175. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v9i2.2255>
- Qazi, W. dan. (2019). Epidemiology of Burnout and Stress Among Medical Students of Undergraduate School and Its Associated Factors. *Journal of Evidence Based Medicine and Healthcare. https://doi.org/10.18410/jebmh/2019/389*
- Rebecca. (2023). *The State of Burnout in Architecture*. Monograph.Com.
- Rowe, M. (1998). Hardiness as a stress mediating factor burnout among health care providers. *American Journal of Health Studies*.

- Saifuddin Azwar. (2013). *Metode Penelitian*. Pustaka Belajar.
- Salmela-Aro, K., Savolainen, H., & Holopainen, L. (2009). Depressive symptoms and school burnout during adolescence: Evidence from two cross-lagged longitudinal studies. *Journal of Youth and Adolescence*, 38(10), 1316–1327. <https://doi.org/10.1007/s10964-008-9334-3>
- Sandvik, A. M., Hansen, A. L., Hystad, S. W., Johnsen, B. H., & Bartone, P. T. (2015). Psychopathy, anxiety, and resiliency - Psychological hardiness as a mediator of the psychopathy-anxiety relationship in a prison setting. *Personality and Individual Differences*, 72, 30–34. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.08.009>
- Sarwono, E. A., & Ariana, A. D. (2022). Hubungan antara Hardiness dengan Academic Burnout pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Departemen Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental Fakultas Psikologi Universitas Airlangga*.
- Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Barker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students a cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464–481. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- Simarmata, S. W., Nengsih, Harahap, A. C. P., & Batubara, A. (2022). Mahasiswa Laki-Laki Dan Perempuan Dalam Perspektif Academic Burnout Sari. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(4), 2747–2753. <https://core.ac.uk/download/pdf/322599509.pdf>
- Smet. (1994). *Psikologi Kesehatan*. jakatagrameia widiasarana indonesia.
- Sugiyono. (2013). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r & d. In *Alfabeta*.
- Suzanne C. Kobasa, Salvatore R. Maddi, & Stephen Kahn. (1982). Hardiness and Health: A Prospective Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168–177.
- Tang, X., Upadyaya, K., & Salmela-Aro, K. (2021). School burnout and psychosocial problems among adolescents: Grit as a resilience factor. *Journal of Adolescence*, 86(October 2019), 77–89. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.12.002>
- Teuber, Z., Nussbeck, F. W., & Wild, E. (2021). The Bright Side of Grit in Burnout-Prevention: Exploring Grit in the Context of Demands-Resources Model among Chinese High School Students. *Child Psychiatry and Human*

*Development*, 52(3), 464–476. <https://doi.org/10.1007/s10578-020-01031-3>

Ulfa, S., & Aprianti, M. (2021). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Burnout Dan Perbedaannya Berdasarkan Gender. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 3(1), 24–35. <https://doi.org/10.32923/psc.v3i1.1651>

W. Barber, R. Kay, J. H. (2019). Examining Grit, Growth Mindset, Hardiness and Resilience in Online Learning Environments: A Review Of The Research, 4510-4516. *EDULEARN19 Proceedings*, 4510–4516.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A